

**HUBUNGAN *LOCUS OF CONTROL* DENGAN STRES KERJA  
PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT BHAYANGKARA  
BONDOWOSO**

**SKRIPSI**



**Oleh:**

**Muhammad Qois Malkan**

**NIM. 21102221**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
JEMBER  
2025**

**HUBUNGAN *LOCUS OF CONTROL* DENGAN STRES KERJA  
PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT BHAYANGKARA  
BONDOWOSO**

**SKRIPSI**

Untuk Memenuhi Persyaratan  
Memperoleh Gelar S1 Ilmu Keperawatan



Oleh:

**Muhammad Qois Malkan**

**NIM. 21102221**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
JEMBER  
2025**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul Hubungan Locus Of Control Dengan Stress Kerja Pada Perawat Dirumah Sakit Bhayangkara Bondowoso telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada :

Nama : Muhammad Qois Malkan  
NIM : 21102221  
Hari, tanggal : 7 juli 2025  
Program Studi : Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember

**Ketua Penguji**



Ns. Ainul Hidavati, S.Kep., M.KM  
NIDN. 0431128105

**Penguji Anggota II**



Ns. Eky Madyaning Nastiti, S.Kep., M. Kep  
NIDN. 0720059104

**Penguji Anggota III**



Ns. Ina Martiana, S.Kep., M.Kep.  
NIDN. 0728039203

**Mengesahkan,**

**Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,  
Universitas dr. Soebandi**



Ai Nur Zannah S. ST., M. Keb  
NIDN.0719128902

# Hubungan *Locus Of Control* dengan Stres pada Perawat di Rumah Sakit Bhayangkara Bondowoso

“*Relationship between Locus of Control and Stress in Nurses at Bhayangkara Bondowoso Hospital*”

Muhammad Qois Malkan<sup>1</sup>, Ina Martiana<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi

G-mail : [muhammad.qoismalkan@gmail.com](mailto:muhammad.qoismalkan@gmail.com)

G-mail : [martiana.im@gmail.com](mailto:martiana.im@gmail.com)

Received:            Accepted:            Published

---

## Abstrak

**Latar belakang:** *Locus of control* merupakan persepsi individu mengenai seberapa besar pengaruh atau kendali yang dimilikinya terhadap berbagai peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya baik secara internal maupun eksternal. Individu dengan *locus of control* internal cenderung meyakini bahwa pencapaian hidup bergantung pada usaha pribadi, sedangkan mereka yang memiliki *locus of control* eksternal lebih percaya bahwa kejadian-kejadian dipengaruhi oleh faktor luar seperti takdir atau peran orang lain. Temuan awal di Rumah Sakit Bhayangkara Bondowoso mengindikasikan bahwa 7 dari 10 perawat mengalami tingkat stres yang tinggi. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi adanya hubungan yang signifikan antara *locus of control* dengan tingkat stres kerja pada tenaga keperawatan. **Metode :** Penelitian ini dilakukan menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan pendekatan potong lintang (*cross-sectional*). Subjek dalam penelitian ini terdiri dari seluruh anggota populasi yang telah ditentukan. Populasi penelitian mencakup seluruh perawat di Rumah Sakit Bhayangkara Bondowoso yang berjumlah 52 orang. Sampel dipilih melalui pengambilan sampel dilakukan secara *probabilitas* dengan menerapkan teknik *stratifikasi proporsional* acak. Penelitian ini juga menetapkan beberapa kriteria inklusi sebagai dasar pemilihan responden. Kriteria inklusi meliputi perawat yang masih aktif bekerja dan bersedia menandatangani informed consent. Adapun **kriteria eksklusi** meliputi perawat yang sedang berada dalam kondisi tertentu yang menghambat partisipasi mereka dalam penelitian ini. dalam masa cuti atau mengalami sakit. Instrumen penelitian terdiri dari *Work Locus of Control Scale* (WLCS) dan *Expanded Nursing* instrumen yang digunakan telah melewati pengujian validitas dan reliabilitas. Proses analisis data mencakup analisis univariat untuk melihat distribusi frekuensi dan persentase, serta analisis bivariat yang dilakukan menggunakan *uji Spearman Rank*. **Hasil:** Mayoritas responden (71,2%) menunjukkan *locus of control* yang mengandalkan faktor di luar diri individu, dan lebih dari setengahnya (51,9%) mengalami stres kerja pada tingkat ringan. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan secara statistik antara *locus of control* dan tingkat stres kerja, ditandai oleh nilai korelasi sebesar 0,613 serta nilai signifikansi  $p = 0,000$ , yang berarti bahwa hubungan tersebut secara statistik dapat diterima ( $p < 0,005$ ). **Kesimpulannya:** Ditemukan relasi yang bermakna secara statistik antara *locus of control* dan tingkat tekanan kerja pada tenaga keperawatan. Oleh karena itu, disarankan agar perawat didorong untuk mengembangkan keyakinan internal yang lebih kuat dalam menghadapi stres, guna meningkatkan kemampuan adaptif dan ketahanan diri terhadap tekanan di lingkungan kerja.

**Kata Kunci:** *Locus of control*, stress kerja, kepuasan kerja, perawat

## Abstract

**Background:** *Locus of control* serves as a foundation for an individual's confidence, reflecting their belief in the degree to which individuals feel they can manage or direct life events. This belief influences their ability to take responsibility for their actions. A preliminary study conducted on nurses at Bhayangkara Bondowoso Hospital revealed that 7 out of 10 nurses were experiencing severe levels of work-related stress. **Objective:** The purpose of this research the objective of this

research is to evaluate the extent of the relationship between locus of control and work-related stress. **Method:** The study utilizes a quantitative approach, adopting a cross-sectional research design. Participants in this study were drawn from the nursing staff at Bhayangkara Bondowoso Hospital, totaling 52 respondents. A probability sampling technique was applied, specifically proportional stratified random sampling. The inclusion criteria included nurses currently working at Bhayangkara Bondowoso Hospital who were willing to complete an informed consent form. Exclusion criteria included nurses who were on leave or experiencing illness at the time of data collection. The instruments used in this study were the Work Locus of Control Scale (WLCS) and the Expanded Nursing Stress Scale (ENSS), both of which have undergone validity and reliability assessments. Univariate analysis was conducted using frequency and percentage distributions, while bivariate analysis utilized the Spearman rank correlation test. **Results:** The study's outcomes showed that a large proportion of respondents (71.2%) demonstrated a tendency toward an external locus of control. Furthermore, most nurses experienced work-related stress at a mild level, accounting for 51.9% of the participants. Analysis of the data demonstrated a statistically significant connection between locus of control and occupational stress among nurses, as shown by a correlation coefficient of 0.613 and a p-value of 0.000, confirming a strong positive relationship. **Conclusion:** Locus of control is closely linked to the level of occupational stress among nurses. It is recommended that interventions for nurses focus on strengthening their confidence in being able to regulate their emotional and behavioral responses to pressure or challenges.

**Keyword:** Locus of control, work stress, job satisfaction, nurses

---

## PENDAHULUAN

Seiring perkembangan waktu dan meningkatnya kebutuhan layanan kesehatan, Perawat diharapkan memiliki wawasan dan keahlian yang mendalam dalam berbagai aspek pelayanan kesehatan. Saat ini, peran perawat tidak lagi terbatas pada tindakan kuratif di rumah sakit, melainkan juga mencakup promosi kesehatan dan pencegahan penyakit, serta memberikan pelayanan yang bersifat menyeluruh dan holistik kepada klien. Menurut Dewi dan rekan-rekan (2020), perawat memikul tanggung jawab kerja yang cukup besar, yang dapat menimbulkan pengaruh baik maupun buruk. Dampak positif dari profesi keperawatan beberapa di antaranya yaitu terpenuhinya kebutuhan fisiologis hingga aktualisasi diri, baik bagi perawat maupun pasien. Namun demikian, profesi ini juga membawa pengaruh negatif yang dirasakan secara jasmani maupun emosional. Dampak fisik mencakup kelelahan akibat beban kerja yang berat, risiko kecelakaan kerja, serta potensi terpapar penyakit dari pasien. Sementara itu, salah satu dampak psikologis yang sering dialami perawat adalah stres.

Menurut American Nurses Association (ANA), sebanyak 82% tenaga kerja di rumah sakit di Amerika Serikat mengalami stres kerja, termasuk di antaranya para perawat (Azteria & Hendarti, 2020). Menurut laporan *World Health Organization* (WHO) tahun 2011, beberapa negara di Asia Tenggara, termasuk Indonesia, tercatat memiliki tingkat kejadian stres kerja yang cukup tinggi di kalangan perawat rumah sakit. (Aurellia & Prihastuty, 2022). Menurut data dari Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) tahun 2018, tercatat bahwa sekitar 50,9% perawat di Indonesia mengalami tekanan atau stres dalam menjalankan tugasnya. dalam pekerjaan mereka. Di tingkat provinsi, Jawa Timur pada tahun 2017 mencatatkan angka stres kerja pada perawat sebesar 48,7% (Hatmanti et al., 2023). Penelitian sebelumnya di lingkungan kerja Rumah Sakit Umum dr. H. Koesnadi, Bondowoso mengungkapkan sebagian besar perawat, yaitu sekitar 67%, diketahui menghadapi kondisi kelelahan dan stres kerja. Tingkat stres kerja pada perawat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari aspek individu meliputi faktor individu seperti gender, umur, lama bekerja, serta tingkat pendidikan, dan juga faktor organisasi seperti sistem kerja bergiliran serta intensitas beban kerja yang tinggi. Sementara itu di RS Bhayangkara Bondowoso, ditemukan bahwa sebanyak 7 dari 10 responden perawat mengalami stres kerja dalam kategori berat.

Menurut Hartini dan rekan-rekan (2021), stres merupakan suatu bentuk tekanan yang muncul akibat beban kerja yang berasal dari berbagai faktor, hingga individu merasa kesulitan dalam melaksanakan pekerjaan dan memenuhi tanggung jawab yang dibebankan kepadanya. Zainal dan Ashar (2023) menjelaskan bahwa stres kerja dapat diartikan sebagai reaksi tekanan berlebihan yang dirasakan seseorang secara jasmani, pikiran, dan perasaan, yang dipicu oleh beban tugas yang terlalu tinggi atau tidak seimbang dengan kemampuan serta fasilitas yang ada. Tekanan ini juga dapat muncul sebagai akibat dari interaksi serta pola antara diri individu dan suasana kerja yang dihadapinya. Pada umumnya, stres adalah bentuk respons seseorang terhadap situasi kerja yang menuntut adanya kemampuan adaptasi, ditunjukkan melalui reaksi emosional,

fisiologis, dan kognitif. Dalam dunia keperawatan, tingginya beban pekerjaan sering kali menjadi pemicu utama timbulnya stres. Faktor-faktor tersebut mencakup sistem kerja bergilir (shift), volume pekerjaan yang berlebihan, potensi tertular penyakit dari pasien, kurangnya keharmonisan dalam hubungan kerja antar perawat, kondisi lingkungan rumah sakit yang tidak mendukung, serta persoalan emosional baik dari diri sendiri maupun keluarga. Stres yang dialami perawat tidak hanya berdampak negatif terhadap kondisi fisik dan psikologis, tetapi juga dapat menurunkan kinerja dan kemampuan dalam mengambil keputusan yang tepat. Oleh karena itu, penting bagi individu untuk memahami tanda-tanda stres, sehingga dapat mengambil langkah pencegahan dan menerapkan strategi koping yang tepat guna mengurangi dampak buruk stres kerja (Agustina & Safitri, 2022).

Rachman (2022) menyatakan bahwa *Locus of control* mengacu pada kepercayaan pribadi seseorang tentang tingkat kontrol yang dimilikinya terhadap berbagai keadaan yang dihadapinya. mengendalikan kejadian dalam hidupnya. Keyakinan ini bisa bersumber dari faktor internal, Yakni yang bisa dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal, dan hal tersebut akan memengaruhi cara seseorang dalam menerima tanggung jawab atas tindakan serta keputusan yang dibuat. Berdasarkan teori Rotter (1954) yang dikutip oleh Rachman (2022), *Locus of control* diklasifikasikan menjadi dua kategori utama, yaitu internal dan eksternal. Seseorang yang memiliki *locus of control internal* meyakini bahwa apa yang terjadi dalam hidupnya merupakan konsekuensi dari tindakan serta tanggung jawab pribadinya. Sebaliknya, Seseorang yang memiliki *locus of control eksternal* cenderung percaya bahwa hidupnya dikendalikan oleh faktor-faktor eksternal, seperti nasib, keberuntungan, atau pengaruh dari orang lain. Orang dengan *locus of control eksternal* menilai bahwa berbagai peristiwa dalam hidup mereka lebih ditentukan oleh kekuatan di luar diri, seperti takdir, peruntungan, atau intervensi pihak lain.

Orang dengan pandangan *locus of control internal* meyakini bahwa mereka dapat mempengaruhi lingkungan sekitar dan membuat perubahan sesuai

keinginannya. Keyakinan ini biasanya dipengaruhi oleh aspek-aspek internal dalam diri individu, Misalnya kemampuan dalam bekerja, karakter atau kepribadian, orientasi pada pencapaian hasil, kepercayaan diri, serta pandangan bahwa kegagalan terjadi karena kesalahan atau kekurangan pribadi. Sebagai perbandingan, individu yang memiliki locus of control eksternal sering kali bersikap tidak proaktif dan menerima keadaan sebagaimana adanya, tanpa dorongan untuk melakukan perubahan. Pandangan ini terkendala oleh elemen eksternal seperti takdir dan peruntungan otoritas atasan, maupun situasi kerja yang dianggap berada di luar kendali dirinya.

Sasanti (2019) menyatakan bahwa *Locus of control* dikenal sebagai aspek psikologis individu yang berfungsi untuk menilai sejauh mana seseorang rentan secara psikologis terhadap situasi yang berpotensi menimbulkan stres, baik yang timbul dari aspek pribadi, lingkungan kerja, maupun faktor eksternal seperti tempat bekerja. Karakteristik ini juga berperan penting dalam memengaruhi cara individu merespons dan menghadapi berbagai tuntutan, baik internal maupun eksternal. Sementara itu, Dewi dan kolega (2020) menambahkan *locus of control* termasuk dalam faktor yang memengaruhi tingkat stres kerja pada perawat, sebagaimana juga ditemukan dalam penelitian Pangestika (2015). Dengan demikian, setiap orang perlu untuk mengenali jenis *locus of control* yang dimilikinya sebagai langkah awal dalam memahami kerentanan psikologis yang mungkin dialami, serta untuk membentuk dasar pengembangan strategi koping yang tepat dalam menghadapi tekanan di tempat kerja. Berdasarkan penjelasan latar belakang tersebut, peneliti terdorong untuk mengangkat topik “*Hubungan Locus of Control dengan Stres Kerja pada Perawat di RS Bhayangkara Bondowoso*”. Ketertarikan ini muncul karena masih minimnya penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan antara *locus of control* dan stres kerja pada perawat, khususnya dalam konteks rumah sakit.

## METODE

Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Variabel bebas dalam studi ini adalah *locus of control*, sedangkan variabel terikatnya adalah tingkat stres kerja. Penelitian dilakukan pada tanggal 6 hingga 10 Maret di RS Bhayangkara Bondowoso, Dengan proses pengumpulan data berlangsung selama empat hari. Populasi penelitian mencakup seluruh perawat yang bertugas di berbagai unit atau ruangan di RS Bhayangkara Bondowoso. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 52 orang, yang berasal dari 17 ruangan berbeda di rumah sakit tersebut, Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan pendekatan probability sampling dengan teknik *proportionate stratified random sampling*.

Pendekatan ini dipilih karena distribusi perawat tidak merata di setiap ruangan, sehingga setiap unit mendapatkan lokasi sampel secara *proporsional dan representatif* berdasarkan jumlah perawat yang tersedia. Kriteria inklusi dalam penelitian ini mencakup perawat yang masih aktif bekerja di RS Bhayangkara Bondowoso dan bersedia mengisi lembar persetujuan (*informed consent*). Sementara itu, kriteria eksklusi mencakup perawat yang sedang menjalani cuti atau dalam kondisi sakit selama periode pengumpulan data. Instrumen yang digunakan terdiri atas dua kuesioner utama. Pertama, instrumen *Work Locus of Control Scale* (WLOCS) yang terdiri atas 16 butir pertanyaan telah melalui proses uji validitas dan reliabilitas, dengan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,832, yang mengindikasikan tingkat konsistensi internal yang baik. Kedua, alat ukur *Expanded Nursing Stress Scale* (ENSS) yang memuat 57 butir pertanyaan juga telah terbukti valid dan memiliki tingkat reliabilitas yang sangat tinggi, ditunjukkan oleh nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,980.

Dalam penilaian skor, WLOCS dikategorikan sebagai berikut: skor 0–13 mencerminkan tingkat stres ringan, 14–26 menunjukkan tingkat stres sedang, dan 27–40 mengindikasikan stres berat. Sementara itu, interpretasi skor ENSS menunjukkan bahwa nilai antara 16–56 menggambarkan kecenderungan individu

memiliki *locus of control internal*, sedangkan skor 57–96 menunjukkan dominasi *locus of control eksternal*. Tahapan analisis data pada penelitian ini meliputi dua jenis analisis, yaitu analisis univariat dan bivariat.

Analisis univariat diterapkan untuk menggambarkan profil responden serta data utama dalam penelitian ini. Profil responden yang dianalisis meliputi jenis kelamin, lama bekerja, status perkawinan, dan tingkat pendidikan. Sementara itu, data utama mencakup variabel *locus of control* dan stres kerja, Untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan dependen yang dilakukan analisis bivariat menggunakan uji *Spearman Rho* karena data berskala ordinal dan tidak memenuhi asumsi distribusi normal. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas dr. Soebandi dengan nomor registrasi 1065/KEPK/UDS/V/2025. Seluruh proses pengolahan dan analisis data dilaksanakan dengan menggunakan software SPSS versi 26 pada platform Windows 10.

## HASIL

### 1. Data Umum

Tabel 1. Karakteristik Demografis Responden Ditinjau dari Jenis Kelamin, Pendidikan Terakhir, dan Masa Kerjadan status perkawinan di Rs Bhayangkara Bondowoso

<b>Jenis Kelamin</b>	<b>(F)</b>	<b>Presentase %</b>
Perempuan	33	63,5%
Laki-Laki	19	36,5%
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>100%</b>
<b>Tingkat Pendidikan</b>	<b>(F)</b>	<b>Presentase %</b>
Sarjana	24	46,2%
Diploma	28	53,8%
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>100%</b>
<b>Lama kerja</b>	<b>(F)</b>	<b>Presentase %</b>
<5 Tahun	19	36,5%
>5 Tahun	33	63,5%
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>100%</b>
<b>Status Perkawinan</b>	<b>(F)</b>	<b>Presentase %</b>
Belum Kawin	14	24,9%
Sudah Kawin	38	73,1%
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>100%</b>

Merujuk pada Tabel 1, Mayoritas peserta penelitian ini berjenis kelamin perempuan, dengan jumlah mencapai 33 orang. (63,5%), sementara responden laki-laki berjumlah 19 orang (36,5%). Dilihat dari tingkat pendidikan, mayoritas responden merupakan lulusan diploma dengan jumlah 28 orang (53,8%), sedangkan 24 orang lainnya (46,2%) merupakan lulusan sarjana. Dari segi masa kerja, 30 responden (57,7%) Sebanyak 57,7% responden memiliki pengalaman kerja di bawah lima tahun, sedangkan 22 responden (42,3%) telah menjalani masa kerja selama lima tahun atau lebih. Dari sisi status perkawinan, mayoritas responden, yaitu sebanyak 38 orang, sudah menikah. (73,1%) dan 14 orang (26,9%) belum menikah. Karakteristik demografis seperti Jenis kelamin, tingkat pendidikan, durasi masa kerja, dan status pernikahan diduga memengaruhi tingkat stres kerja yang dirasakan oleh perawat di rumah sakit.

## 2. Data Khusus

Tabel 2 distribusi frekuensi berdasarkan *Locus Of Control*, Stress kerja Di RS Bhayangkara Bondowoso

<b><i>Locus Of Control</i></b>	<b>(F)</b>	<b>Presentase %</b>
Internal	15	28,8%
Eksternal	37	71,2%
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>100%</b>
<b>Stres Kerja</b>	<b>(F)</b>	<b>Presentase %</b>
Ringan	27	51,9%
Berat	25	48,1%
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>100%</b>

Merujuk pada Tabel 2, dari total 52 responden di RS Bhayangkara Bondowoso, Mayoritas responden memiliki kecenderungan *locus of control eksternal* yaitu sebanyak 37 Sebanyak 71,2% responden menunjukkan kecenderungan *locus of control eksternal*, sedangkan hanya 15 orang (28,8%) yang memiliki *locus of control internal*. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa mayoritas perawat meyakini bahwa faktor-faktor eksternal seperti keberuntungan, takdir, atau kekuatan eksternal lainnya, memiliki pengaruh besar terhadap kejadian yang mereka alami. atau pengaruh lingkungan

sebagai penentu utama atas apa yang mereka alami. Pola keyakinan ini berpotensi memengaruhi cara individu dalam menghadapi tekanan dan tantangan yang muncul di lingkungan kerja rumah sakit. Sementara itu, distribusi tingkat stres kerja di kalangan responden menunjukkan hasil yang hampir seimbang, Sebanyak 27 responden (51,9%) tercatat mengalami stres kerja dalam kategori ringan, sedangkan 25 responden lainnya (48,1%) mengalami stres kerja berat. Persentase yang cukup tinggi pada kategori stres berat mengisyaratkan bahwa beban kerja di lingkungan rumah sakit tersebut tergolong signifikan. Kondisi ini diduga berkaitan dengan tingginya jumlah perawat yang memiliki *locus of control eksternal*. Orang yang memiliki tipe *locus* tersebut cenderung kurang efektif dalam mengelola stres, karena mereka percaya bahwa pengendalian terhadap keadaan berasal dari faktor luar diri mereka, sehingga reaksi terhadap tekanan kerja menjadi kurang adaptif.

Tabel 3 Tabulasi silang Hubungan *Locus Of Control* Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Bhayangkara Bondowoso

Variabel	Stres Kerja			P	R	
	Ringan	Berat	Total			
<i>Locus Of Control</i>	Internal	15 (28,8%)	0 (0,0%)	15 (28,8%)	0,00	0,613
	Eksternal	12 (23,1%)	25 (48,1%)	37 (71,2%)		
<b>Total</b>	27 (51,9%)	25 (48,1%)	52 (100,0%)			

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa 15 perawat memiliki Sebanyak 37 perawat menunjukkan *locus of control eksternal*, sedangkan sisanya memiliki *locus of control internal*. Analisis statistik menggunakan uji *Spearman Rho* memberikan nilai  $p = 0,000$ , yang berarti hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak. Hal ini menunjukkan adanya hubungan signifikan antara *locus of control* dengan tingkat stres kerja pada perawat di RS Bhayangkara Bondowoso. Selain itu, koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,613 mengindikasikan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut tergolong kuat.

## PEMBAHASAN

### 1. *Locus Of Control*

*Locus of control* adalah konsep dalam psikologi yang menggambarkan tingkat keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk memiliki kontrol terhadap kejadian-kejadian dalam hidupnya. Konsep ini berfungsi sebagai acuan dalam menilai atribusi sebab-akibat, yakni apakah individu menilai hasil yang didapatkan bersumber dari faktor-faktor internal atau eksternal (Malau et al., 2024). Mereka yang memiliki *Locus of control internal* menganggap bahwa hasil dalam hidup ditentukan oleh tindakan dan usaha pribadi. (Fajrin, 2019).

Sebaliknya, individu dengan *locus of control eksternal* cenderung menganggap bahwa keberhasilan atau kegagalan dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti nasib, keberuntungan, atau campur tangan pihak lain, sehingga mereka kerap menunjukkan sikap pasrah dalam menghadapi situasi sulit (Jamal et al., 2024). Dalam dunia keperawatan, *Locus of control* memiliki peranan penting karena terkait dengan kemampuan menghadapi tekanan kerja, tanggung jawab terhadap pasien, serta dalam pengambilan keputusan klinis. Perawat yang memiliki *locus of control internal* cenderung menunjukkan rasa percaya diri, kemandirian, serta ketahanan terhadap tekanan, sementara perawat dengan *locus eksternal* lebih mudah mengalami stres dan cenderung membutuhkan bimbingan dalam menghadapi situasi sulit (Safitri & Soedarsa, 2023)

Peneliti berpendapat bahwa *locus of control* berperan sebagai salah satu faktor psikologis penting yang memengaruhi respons individu terhadap berbagai tantangan, kegagalan, maupun keberhasilan. Individu dengan *locus internal* meyakini bahwa pencapaian tersebut didasarkan pada kerja keras dan keputusan yang diambil secara mandiri, sehingga lebih bertanggung

jawab, mandiri, dan ulet dalam mengejar tujuan. Sebaliknya, orang yang memiliki *locus of control eksternal* cenderung lebih menggantungkan hasil pada kekuatan luar, yang dapat melemahkan sikap aktif dalam menghadapi masalah. Selain itu, temuan penelitian mengindikasikan bahwa mayoritas responden berlatar belakang pendidikan diploma. Pendidikan yang lebih tinggi umumnya mendukung perkembangan kemampuan berpikir kritis, pengambilan keputusan yang tepat, serta kontrol emosi yang baik, yang kesemuanya berkaitan erat dengan pembentukan *locus of control internal*. Oleh karena itu, pendidikan juga dianggap berperan penting dalam membentuk keyakinan individu terhadap kontrol dirinya atas kehidupan.

## **2. Stres Kerja Pada Perawat**

Dari hasil penelitian terhadap 52 perawat di RS Bhayangkara Bondowoso, ditemukan mayoritas responden melaporkan mengalami stres kerja dalam kategori ringan yaitu sebanyak 27 orang atau sekitar 51,9%. Tingkat stres kerja ini sangat dipengaruhi oleh sifat kepribadian individu. Salah satu aspek kepribadian yang memiliki peranan signifikan adalah *locus of control*, yang menggambarkan sejauh mana individu percaya bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatur kejadian-kejadian dalam hidupnya. *Locus of control* berperan sebagai faktor yang dapat meningkatkan atau mengurangi tingkat stres kerja. Hasil ini sejalan dengan penelitian Sukma (2013) yang menunjukkan bahwa dikutip dalam Purnamayanthi et al. (2020), yang menunjukkan bahwa terdapat keterkaitan positif yang penting antara *locus of control* dan level stres kerja, Dengan kata lain, persepsi individu terhadap kendali atas situasi kerja sangat memengaruhi seberapa besar stres yang mereka alami.

Stres kerja adalah suatu bentuk tekanan yang dapat menimbulkan gangguan keseimbangan fisik dan mental, yang pada gilirannya berdampak terhadap emosi, cara berpikir, dan kondisi umum seseorang dalam bekerja. Tanpa adanya motivasi yang memadai, stres kerja dapat berujung pada penurunan produktivitas, meskipun dalam beberapa kasus, stres juga dapat

mendorong seseorang untuk bekerja lebih giat apabila disertai dengan motivasi yang tepat (Salsabila Putri Hana & Trirahayu Dewi, 2020). Salah satu penyebab utama munculnya stres di tempat kerja adalah keberadaan stresor di lingkungan kerja, yang dapat memicu reaksi fisiologis, psikologis, maupun perilaku. Di sisi lain, stres dalam kadar tertentu dapat memberikan dorongan positif, meningkatkan motivasi orang untuk meningkatkan usaha kerja, mampu memberikan rangsangan yang konstruktif bahkan menjadi sumber inspirasi untuk mencapai kualitas hidup dan kinerja yang lebih baik (Gumilar & Rismawati, 2022). Namun, stres yang bersifat kronis dan berkepanjangan cenderung menimbulkan dampak negatif yang signifikan, terutama terhadap kesehatan di usia dewasa. Akumulasi stres dapat menyebabkan berbagai gangguan kesehatan dan mengurangi produktivitas. Bagi karyawan, konsekuensinya bisa berupa menurunnya semangat kerja, meningkatnya kecemasan, hingga timbulnya rasa frustrasi, yang pada akhirnya merugikan baik individu maupun organisasi tempat mereka bekerja (Pasaribu et al., 2024).

Peneliti berpendapat bahwa stres kerja adalah suatu keadaan psikologis yang timbul saat tekanan dalam lingkungan kerja melebihi kemampuan individu untuk beradaptasi atau mengelola stres. Dalam konteks dunia kerja saat ini, stres kerja tidak hanya dipandang sebagai persoalan individu, tetapi juga sebagai isu organisasi yang berdampak signifikan terhadap produktivitas, moral kerja, serta kesehatan fisik dan mental karyawan. Jika berlangsung secara kronis, stres kerja dapat menurunkan motivasi dan berisiko menimbulkan gangguan psikologis seperti kecemasan dan depresi. Berdasarkan data, Mayoritas perawat dalam penelitian ini telah bekerja selama lebih dari lima tahun. Namun, masa kerja yang panjang tidak selalu identik dengan kestabilan atau minimnya tekanan kerja. Sebaliknya, semakin lama masa kerja, sering kali tanggung jawab yang diemban juga meningkat, seiring dengan ekspektasi terhadap kinerja yang lebih tinggi. Jika peningkatan beban kerja tersebut tidak disertai dengan dukungan organisasi yang memadai,

seperti penghargaan atau sistem pendampingan yang efektif, maka hal tersebut justru bisa menjadi faktor pemicu stres tambahan bagi pekerja.

### 3. Hubungan *Locus Of Control* Dengan Stres Kerja Pada Perawat

Berdasarkan hasil analisis korelasi menggunakan *uji Spearman Rho*, diperoleh nilai signifikansi  $p = 0,000$ , yang berada di bawah batas signifikansi  $0,05$  ( $\alpha = 0,05$ ). Dengan demikian, hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima, yang mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara *locus of control* dan tingkat stres kerja pada perawat di RS Bhayangkara Bondowoso. Koefisien korelasi sebesar  $r = 0,613$  menunjukkan hubungan positif yang kuat, yang berarti semakin tinggi kecenderungan *locus of control eksternal* pada individu, semakin besar pula tingkat stres kerja yang mereka alami. Temuan ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh Wijaya, yang menunjukkan korelasi negatif signifikan antara *locus of control internal* dan stres kerja ( $r = -0,772$ ;  $p < 0,05$ ), di mana perawat dengan *locus of control internal* cenderung mengalami stres kerja lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang memiliki kecenderungan *locus of control eksternal*.

Temuan ini menunjukkan bahwa perawat yang memiliki kecenderungan *locus of control eksternal* cenderung menghadapi tingkat stres kerja yang lebih tinggi. Hal ini disebabkan oleh kecenderungan mereka untuk mengatribusikan penyebab stres kepada faktor eksternal seperti nasib, atasan, atau kondisi lingkungan kerja, sehingga merasa kurang memiliki kontrol atas situasi yang dihadapi. Pola pikir ini tercermin dalam hasil kuesioner WLCS, di mana skor tinggi pada pernyataan-pernyataan positif menunjukkan keyakinan bahwa pihak luar seperti atasan atau keberuntungan menentukan hasil pekerjaan, yang menunjukkan adanya eksternalisasi tanggung jawab dan berkontribusi terhadap stres yang berkelanjutan. Sebaliknya perawat memiliki *locus of control internal* cenderung bersikap lebih aktif dan mengambil tanggung jawab secara penuh dalam menghadapi tekanan kerja. Menurut mereka, hasil kerja yang dicapai merupakan konsekuensi dari usaha

yang telah dilakukan dan kapabilitas pribadi, sehingga cenderung mampu mengelola stres dengan lebih baik melalui strategi coping yang adaptif, seperti perencanaan yang sistematis, pemecahan masalah, serta komunikasi yang efektif.

Kepuasan kerja merupakan reaksi emosional karyawan terhadap kesesuaian antara harapan dan realitas yang mereka alami di lingkungan kerja. Kepuasan ini dapat diwujudkan dalam bentuk perasaan senang, puas, atau sebaliknya, tidak puas (Ardyani et al., 2022). Tingkat kepuasan kerja yang tinggi mampu menunjang peningkatan performa dan hasil kerja karyawan dan kesejahteraan psikologis karyawan. Kinerja dan perkembangan organisasi, sedangkan kepuasan yang rendah dapat menghambat kemajuan perusahaan. Dalam konteks tersebut, *Locus of control* berperan penting dalam memengaruhi menentukan bagaimana seseorang merespons tekanan di lingkungan kerja. Orang yang memiliki locus of control internal biasanya meyakini bahwa segala sesuatu yang mereka alami adalah hasil dari usaha dan keputusan yang mereka buat sendiri konsekuensi dari upaya dan keputusan pribadi. Oleh karena itu, mereka umumnya lebih mampu mengelola stres kerja secara adaptif. Sebaliknya, individu dengan *locus of control eksternal* sering kali menyalahkan faktor luar seperti keberuntungan atau intervensi orang lain, yang justru meningkatkan kerentanan terhadap stres kerja (Judge et al., 2002). Penelitian oleh Wulandari dan Prakoso (2022) menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif yang bermakna antara kontrol internal seseorang dan tingkat stres yang dialami di tempat kerja. di kalangan karyawan sektor jasa di Indonesia. Hal ini sejalan dengan temuan Andriani et al. (2022) yang menegaskan bahwa seseorang yang memiliki keyakinan terhadap kendali internal berfungsi sebagai mekanisme protektif terhadap stres, terutama pada profesi dengan beban kerja tinggi seperti tenaga kesehatan dan pendidik.

Peneliti berpendapat bahwa *locus of control* berperan dalam peran yang menunjukkan perbedaan dalam menentukan bagaimana individu merespons tekanan psikologis dan tuntutan yang muncul di lingkungan kerja.

Keyakinan individu terhadap sumber kendali atas berbagai peristiwa kehidupan memengaruhi cara mereka menghadapi stres, membuat keputusan, serta menyusun strategi koping dalam menghadapi situasi sulit. Seseorang dengan kendali internal lebih sering menyadari bahwa hasil yang diperoleh merupakan akibat dari usahanya sendiri, sehingga mereka bersikap bertanggung jawab atas apa yang terjadi, sehingga lebih adaptif dalam mengelola stres. Sebaliknya, Individu dengan *locus of control* eksternal cenderung merasa kurang memiliki kendali atas situasi yang mereka hadapi dan menyalahkan faktor eksternal, yang pada akhirnya meningkatkan risiko stres kerja. Respons individu terutama perawat dalam menghadapi situasi kerja. Profesi keperawatan termasuk dalam kategori pekerjaan dengan tingkat stres tinggi karena tuntutan fisik, beban emosional, serta tanggung jawab besar terhadap keselamatan pasien. Dalam konteks ini, *Locus of control* merupakan salah satu faktor psikologis yang dapat menentukan seberapa rentan seseorang mengalami stres di tempat kerja. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, perawat yang memiliki *locus of control* internal umumnya mengalami tingkat stres kerja yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang memiliki orientasi kontrol eksternal.

Temuan ini mengindikasikan bahwa persepsi terhadap kontrol diri memiliki kontribusi terhadap ketahanan psikologis perawat dalam menghadapi tekanan kerja yang intens dan dalam jangka panjang. Dengan demikian *locus of control* tidak hanya mencerminkan karakteristik kepribadian, Meski demikian, aspek tersebut turut menjadi faktor esensial yang perlu diperhitungkan dalam pelaksanaan manajemen sumber daya manusia, khususnya dalam merancang strategi intervensi dalam upaya mengelola stress secara efektif kerja mendorong tercapainya keseimbangan mental pada karyawan. Pemahaman terhadap kecenderungan *locus of control* individu dapat menjadi dasar dalam penyusunan program pelatihan, konseling, maupun pendekatan psikososial lainnya yang bertujuan untuk memperkuat daya tahan mental serta meningkatkan efektivitas kerja, terutama dalam lingkungan kerja yang memiliki tingkat tekanan tinggi seperti

rumah sakit. rangka meningkatkan kesejahteraan mental tenaga kesehatan. Intervensi yang diarahkan pada penguatan *internal locus of control* dinilai berpotensi membantu perawat dalam mengelola stres kerja secara lebih efektif dan adaptif.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas perawat di Rumah Sakit Bhayangkara Bondowoso Sebagian besar individu memiliki *orientasi locus of control eksternal*, dengan lebih dari separuh responden menghadapi tekanan kerja dalam kategori rendah. Hasil analisis statistik mengindikasikan korelasi yang bermakna antara *locus of control* dan tingkat stres kerja. Tenaga keperawatan yang menunjukkan kecenderungan *locus of control eksternal* umumnya menghadapi stres kerja lebih tinggi daripada mereka yang memiliki locus internal. Temuan ini menegaskan bahwa *locus of control* adalah variabel psikologis yang memiliki kontribusi penting terhadap stres kerja, dan seharusnya menjadi bagian dari perhatian dalam pengelolaan tenaga kesehatan di institusi layanan kesehatan.

## **SARAN**

- **Bagi institusi Universitas dr. Soebandi**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan landasan ilmiah bagi mahasiswa maupun pihak lain yang berminat untuk melakukan penelitian lanjutan dengan tema serupa, khususnya yang berkaitan dengan *locus of control* dan stres kerja.

- **Bagi pihak Rumah Sakit Bhayangkara Bondowoso**

Hasil dari penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai rujukan dan dasar pertimbangan dalam menilai serta menyusun strategi penanganan stres kerja, terutama dengan pendekatan psikologis yang

menitikberatkan pada penguatan *locus of control* internal di kalangan perawat. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan mental tenaga kesehatan dan mendukung pengembangan program pengelolaan stres di tempat kerja.

- **Bagi perawat/karyawan di RS Bhayangkara Bondowoso**

Disarankan untuk mendapatkan pembinaan psikologis atau pelatihan yang mendorong terbentuknya kepercayaan diri dalam menghadapi mengendalikan respons dan tanggapan terhadap stresor, guna mengurangi tingkat stres kerja yang dialami.

## **KETERBATAS PENELITIAN**

### **1. Perbedaan Keragaman Beban Kerja Antar Responden**

Responden dalam penelitian ini berasal dari berbagai unit kerja dengan tingkat beban dan tekanan kerja yang berbeda-beda. Keragaman ini tidak dikendalikan secara ketat, sehingga berpotensi memengaruhi persepsi terhadap stres kerja yang dirasakan oleh masing-masing individu.

### **2. Perbedaan Karakteristik Individu**

Beberapa aspek seperti umur, durasi pengalaman kerja, serta jenis kepegawaian berpotensi untuk bertindak sebagai variabel pembaur (*confounding variables*) yang turut memengaruhi hasil penelitian. Namun, dalam studi ini, karakteristik individu tersebut belum dianalisis secara mendalam.

### **3. Variasi Shift Kerja Tidak Dikendalikan**

Penelitian ini tidak membedakan responden berdasarkan pola shift kerja (seperti shift pagi, siang, atau malam), padahal perbedaan shift

dapat berdampak signifikan terhadap tingkat stres kerja. Ketiadaan kontrol terhadap faktor ini dapat memengaruhi interpretasi terhadap keterkaitan antara *locus of control* dengan tingkat stres dalam pekerjaan

#### ***ACKNOWLEDGEMENTS***

Peneliti mengucapkan terima kasih pada :

1. Universitas dr.Soebandi
2. RS. Bhayangkara Bondowoso

